



助け合い 起こし すざか



♪いつまでも、お元気で！！

P2 ・社協この1年

P3 ・手作り年賀状に挑戦!!

P4 ・社協元気発掘シリーズ

No.31 羽生田 はる子さん

P5 ・信州発ボランティア・地域フォーラム

・社協事業情報

各地区で区長・民生児童委員さんが中心となって、高齢者のみなさんを囲んで、交流会食会が開催されています。

写真は、南部地区交流会食会の様子です。

八幡町『コーラスこぶし』による合唱があり、その後、参加者全員で「里の秋」「故郷」を歌いました。

久しぶりに会う人もあり、お話ししたり、食事をしたり、楽しい一日を過ごしていました。

2008 12



社協は民間の福祉団体です。社協が実施する様々な福祉事業は皆さまからの社協会費と共同募金が主な財源です。

再生紙を利用しています。

社協この1年

～平成20年は
こんな1年でした～

災害ボランティア講座開催！

災害ボランティアの基本知識を学び、災害ボランティアセンターの立ち上げ・運営を実施しました。



こころをつなぐ 助け合い事業始まる！！

地域の中のつながりで困りごとを解決していく事業が始まりました。



家のゴミを出すついでだから・・・。

足元に気をつけて
(外出のお手伝い)

人と人との
つながりが
できています。



話し相手として
ときどき訪問

ほかにもこんなことがありました

♪月2回、永楽荘利用者の送迎用として須坂駅との間にバスの無料運行をはじめる。

♪介護職員の研修を充実させサービスの質の向上に努めた。

◆第27回ふれあい広場では地元企業の協賛が増え盛り上がる。

◆助けられ大賞が決まる。

◆社協高甫支部が厚生労働大臣表彰を受賞される。（献血）

◆炊出し用釜の貸出しが急増した。

☆精神授産施設

ぶどうの家☆

メセナホールの花時計の植え込みの作業をしました。

また、障害者スポーツ県大会(ソフトバレーボールの部)に北信予選を勝ち抜き出場することができました。



☆デイサービスセンター

ぬくもり園・ことぶき☆

「須坂市花のまちづくりコンクール」において佳作を受賞しました。

綺麗に整備された庭でパターゴルフ大会や運動会を楽しみました。

写真は、パターゴルフ大会の様子です。



今年は絵手紙で年賀状描いてみませんか！

用意するもの 画仙紙ハガキ、筆3本、絵の具、墨、絵の題材

描き方

①輪郭を描きます。

筆にたっぷり墨をつけて軽く立てるように持ち、題材をじっくりみて、ゆっくりと、のびのび、ハガキからはみ出すくらいに描きましょう。失敗など気にせずに。



②色をつけます。

- 彩色用の筆に水をたっぷり含ませ、絵の具をパレットにとりなじませ、スピーディに全体に淡く色づけします。
- 次に濃い色をのせます。
- 少々雑かなと思うくらいがちょうどよく、白いところも残した方がいいです。



③絵が仕上がったら文を余白に書きます。

相手に語りかけるように。素直な気持ちで、心をこめてゆっくりと書きましょう。想いが伝わる“いい字”になりますよ。



④落款（※）を余白におします。なければ朱の絵の具で印のように書きます。

さあ、あて先を書き切手をはって迷わずポストへ！



※落款：作者の印

か

年賀状ワンポイント !!

明るい色合いでおめでたいものや干支にちなんだものなどを描くといいでしよう。

あたたかいことばを添えて。必ず心がつなわりますよ。

ぜひ、今年の年賀状は絵手紙を描いてみませんか！



今回教えていただいたのは、 大谷町の楠本かすみさん

楠本さんは10年くらい前に絵手紙を始められました。

九州のお父さんとのコミュニケーションに役立っています。

長く続けられるコツは受け取ってくれる人がいることで、描くことが好きならば『じょうず、へた』は関係ないそうです。

社協元気 発掘シリーズ No.31

最近、皆さんは絵を描いたことはありますか？子供の頃、見たものを自分なりに気持ちを込めて一生懸命に描いた記憶を思い出す人もいるのではないでしょうか？上手く描くことよりも、一筆一筆に描く側の「気持ち」が入った絵には、観る側にとっても、何か引き付ける魅力があります。

今回は、高齢になっても自分の趣味「油絵」をじっくり楽しみながら描いている、とても元気な 羽生田 はる子さん（旭ヶ丘町）をご紹介します。

★ 油絵との出会い

大正6年生まれの91歳、10年前に夫が他界してからは一人暮らしでホームヘルパーの支援を受けながら、自分らしさを大切に、在宅生活を続けています。

油絵との出会いは60歳頃、近所の方に教えていただいたのがきっかけ。

それから自分なりに勉強をしながら、今までに数えきれない程の油絵を描いてきました。

★ 作品は？

家の中には多くの油絵が飾ってありますし、押入れにもたくさんの作品が眠っています。

いつかは作品展をやろうかな！



大作もあります！



★ 楽しみは？

「若い頃歌が好きだったので、その歌を口ずさみながら油絵を描くことだよ！」今年も、まちの文化祭出品作品を作製。

仕上げるときには、徹夜になります。



右下の作品は、今年制定された介護の日（11月11日）に開催された「介護の日制定記念県民のつどい」パンフレットの背表紙になりました

★ これからも

絵とは、自分の生きてきた証、思い出、感激、季節、時代を、一枚のキャンバスに描くことと思えば、これからも山ほど描くことがあるかもしれません。

「今度は、春の景色、花と千曲川を描いてみたい」とも話されました。これからも健康管理には注意しながら、マイペースでゆっくりと、多くの作品を描いてください！

「秋の菅平」



11/8、9

信州発ボランティア・地域フォーラムin小布施開催される!!

8日はC.Wニコルさんの講演、9日は分科会にわかつて、ボランティアの交流会として活発に意見交換がされました。

須坂市でも“ご近所の助け合い”と題し、分科会を担当しました。



講演講師

新潟「うちの実家」代表 河田珪子さん

「ここですーっと暮し続けたい～支えあいの地域づくり実践報告から～」

自分はご近所の中で助けてもらひながら生きてきた。

支えあいの地域は自分が自分らしくいられるようなしぐみを作ればいい。



ご近所助け合い劇場
「助け合いはご近所から」
涙あり・笑いありの寸劇
出演：助け合い推進会議



こころ・つなぐ・助け合い事業事例発表
塩崎 節子さん（塩川町）
ご近所でつながったお年寄りとの
“心温まるお話”に感動しました。



参加者の声

「手助けをご近所のかたにお願いしてみましょう。」
という考えはめずらしい。
ぜひ地域に帰って実践したい。

社協事業 情 報

福祉移送サービス事業

高齢者・障害者の方々を対象に、須坂市内のご家庭から通院、通所等の外出を支援する事業です

利用対象者	・要介護度3以上で、日常生活自立度判定基準ランクB以上 ・身障手帳1種1級及び1種2級の下肢機能障害者、体幹機能障害者 ・身障手帳1種1級及び1種2級の視覚障害者
利用料金	2kmまで300円 7kmまで400円 以降5km毎に100円加算

申請書の提出・登録

↓
利用日3日前までに社協へ車の予約

↓
目的地（病院・施設）までの送迎

◇詳細は、社協までお問合せください。

（電話 245-1619）



車いすで乗れる
自動車で送迎します

社協情報掲示板

平成20年12月1日第277号(毎月1回1日発行)



発行人
社会福祉法人須坂市社会福祉協議会
長野県須坂市大字須坂476-1

026-245-1619
FAX 026-246-0054

印刷
佐藤印刷株式会社

••••• あたたかなご厚志に •••••
••••• 感謝いたします。 •••••

- 花房流 花房扇寿様 清拭布 多数
- 青木 邦夫様 10,000円
- 匿名 2,439円
- 匿名 花の種(マリーゴールド) 多数
- 匿名 10,000円

…10月15日～11月14日 受付分です…

+ 献血情報 **+**

日時 12月10日(水)
午後1時～午後2時
場所 中央公民館

今月の一言

忠実やか【まめやか】

心がこもっているさま。例文「一に立ち働く」など



歳末たすけあい運動参加

第40回須坂市内4高校定期演奏会開催します！

須坂市内4高校の音楽系クラブの皆さんによる演奏会が開催されます。高校生自身が企画・運営に携わり、開催に向けて頑張ってきました。今年は、小山小学校・マリア幼稚園の皆さんに出演を依頼するなど、ご来場くださった方々が音色を楽しんでいただける準備が整いました。多数の皆様のご来場をお待ちしております。

- とき 12月14日(日) 13時30分開演
- ところ 須坂市メセナホール
- 出演団体 市内4高校音楽系クラブ(吹奏楽、合唱、室内楽)
- 特別出演 小山小学校合唱団、須坂マリア幼稚園鼓笛隊



老人福祉センターだより

永楽荘(本郷町)
☎ 246-1746

健康相談日…9日
午後1時～3時

かるた会	6日・20日	琴友会	第一	6日・20日
手芸クラブ	2日・16日		第二	8日・17日
書道クラブ	2日・16日	楽陶会		12月～3月休み
樂詠会	2日・16日	俳画		24日
童謡クラブ	4日・18日	俳句		17日

くつろぎ荘(仁礼町)
☎ 246-2058

健康相談日…2日・16日
午後1時～3時

休館日	12月7・14・21・23・28・29・30・31日 (日曜・祝日)
	1月1・2・3・4日(両老人福祉センターともに)

介護相談

相談会場	相談日	相談時間
老人福祉センター 永楽荘	11日 木曜日	午前11時30分～
老人福祉センター くつろぎ荘	18日 木曜日	午後2時30分

日常生活の悩み・法律に関する 心配ごと相談所

相談無料

①日常的な悩み・心配ごとの相談

相談会場	相談日	相談時間
須坂市社会福祉協議会 来所・専用電話相談 248-9977	月曜日～金曜日	午前9時～午後4時 (随時)
中央公民館 1階相談室 (常盤町747-2)	毎月第2・4木曜日 11日・25日	午前9時～12時 (随時)

②法律に関する相談(無料・完全予約制)

相談会場	相談日	相談時間
中央公民館 1階相談室 (常盤町747-2)	毎月第2・4木曜日 11日・25日	午後1時～4時 (予約制)

※弁護士がご相談に応じます。お一人20分以内です。

※完全予約制 電話 248-9977 または 245-1619

デイサービスセンター休園日

ぬくもり園 (村石町) ☎ 246-8462	ことぶき (村石町) ☎ 246-9822	すえひろ (馬場町) ☎ 246-6191
12月はなし／1月1日・2日・3日		

ご意見ご要望をお寄せ下さい。☎ (026-245-1619)・FAX (026-246-0054)・
メールアドレス (cocoro@suzaka-shakyo.jp)・ホームページURL(<http://www.suzaka-shakyo.jp>)